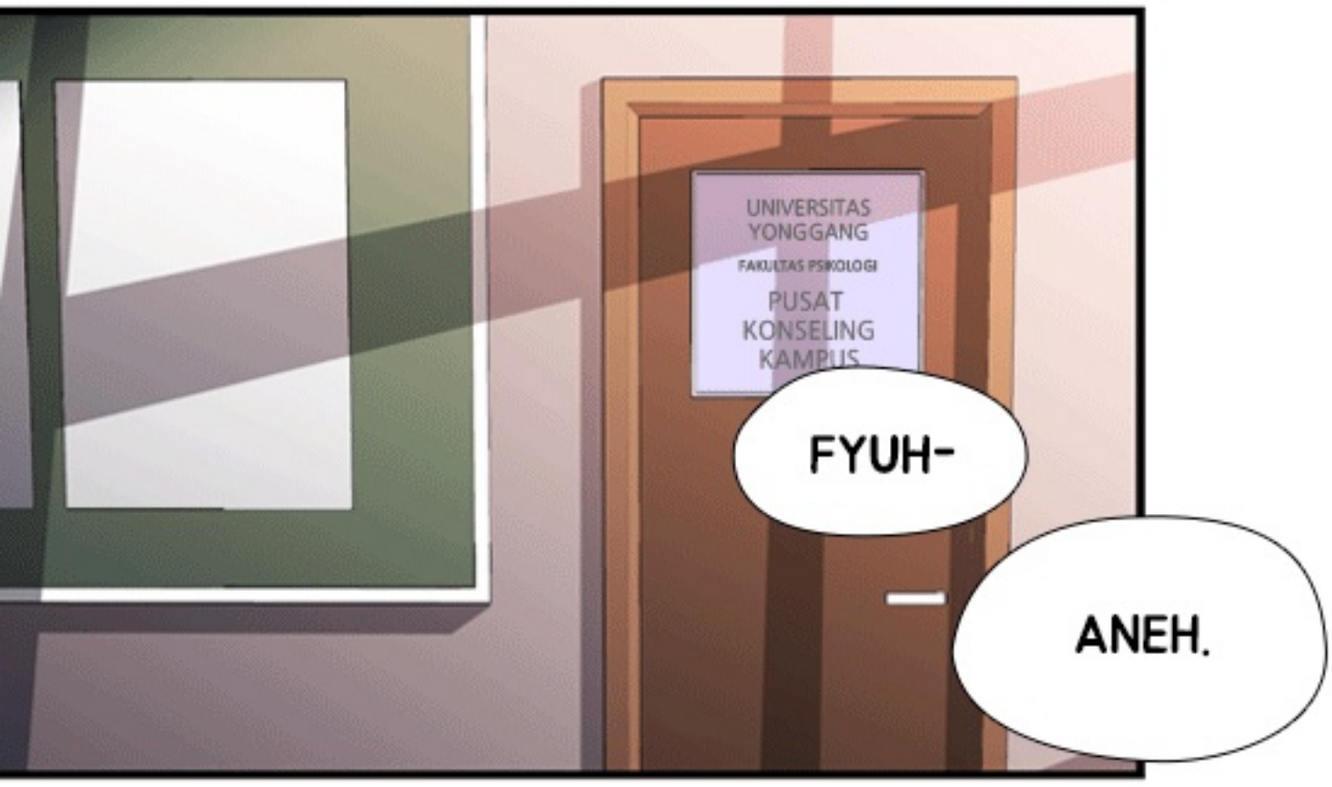

UNIVERSITAS YONGGANG
FAKULTAS PSIKOLOGI
PUSAT KONSELING KAMPUS
FYUH-
ANEH.

PROFESOR? SAAT INI DIA SUDAH DI PEKAN KEEMPAT TERAPI BEHAVIORAL.
TAPI BELUM TERLIHAT ADA PERUBAHAN APA PUN.

COBA BERIKAN CATATANNYA PADAKU LAGI.

INI DIA.

DIA JUGA SANGAT NEGATIF
DI TIAP SESI KONSELING.
!?
HM...

SEONGA, KUBERITAHU YA, INSOMNIA-KU INI TAKKAN BISA MEMBAIK SEMUDAH ITU.

APAKAH KONSELING INI BAHKAN BISA BERGUNA?

AKU SUDAH COBA SEMUA HAL, TAPI PERCUMA.

APAKAH INI BISA BERHASIL?

APA ADA EFEK SAMPING UNTUK TERAPI BEHAVIORAL INI?

ATAU PHOTOTHERAPY, ATAU APALAH ITU...

MEMANG BENAR,
EFEK PEMBATASAN
TIDUR ATAU PHOTOTHERAPY
ITU MUNCUL LEBIH LAMA
DIBANDING EFEK OBAT,

TAPI KALAU
TERUS DILAKUKAN, AKAN
PERBEDAANNYA AKAN
TAMPAK PADA PEKAN
KELIMA PROSES TERSEBUT,
YANG ARTINYA PEKAN INI.

ADA DUA KEMUNGKINAN. BISA JADI SANG PASIEN BERBOHONG,

NAMA: YOOGUN KIM

JENIS KELAMIN	Pria	UMUR	24
ALAMAT			
NOMOR TELEPON		EMAIL	

ATAU...

AYAHNYA ADALAH DIREKTUR DI SEBUAH PERUSAHAAN BESAR,

DAN IBUNYA ADALAH SEORANG PROFESOR... KEDUA ORANGTUANYA PUNYA STATUS SOSIAL YANG TINGGI.

DIA PUNYA SEORANG ADIK LAKI-LAKI DAN SATU KAKAK PEREMPUAN.

DIA MENGHABISKAN SETAHUN MENGULANG UJIAN MASUK PER-GURUAN TINGGI.

YA, DIA BILANG DIA WAKTU ITU SEDANG SAKIT.

.....

APA KAU SUDAH TANYAKAN, ADA APA DENGANNYA SAAT ITU?
APA?!

AH, AYOLAH! BIARKAN SAJA AKU!!

KENAPA KAU SENSITIF SEKALI, SIH?
AKU CUMA TANYA, KAN.

AKU SUDAH IKUT KONSELING

KARENA INSOMNIA!!

TAHU, TAHU.

PUK!

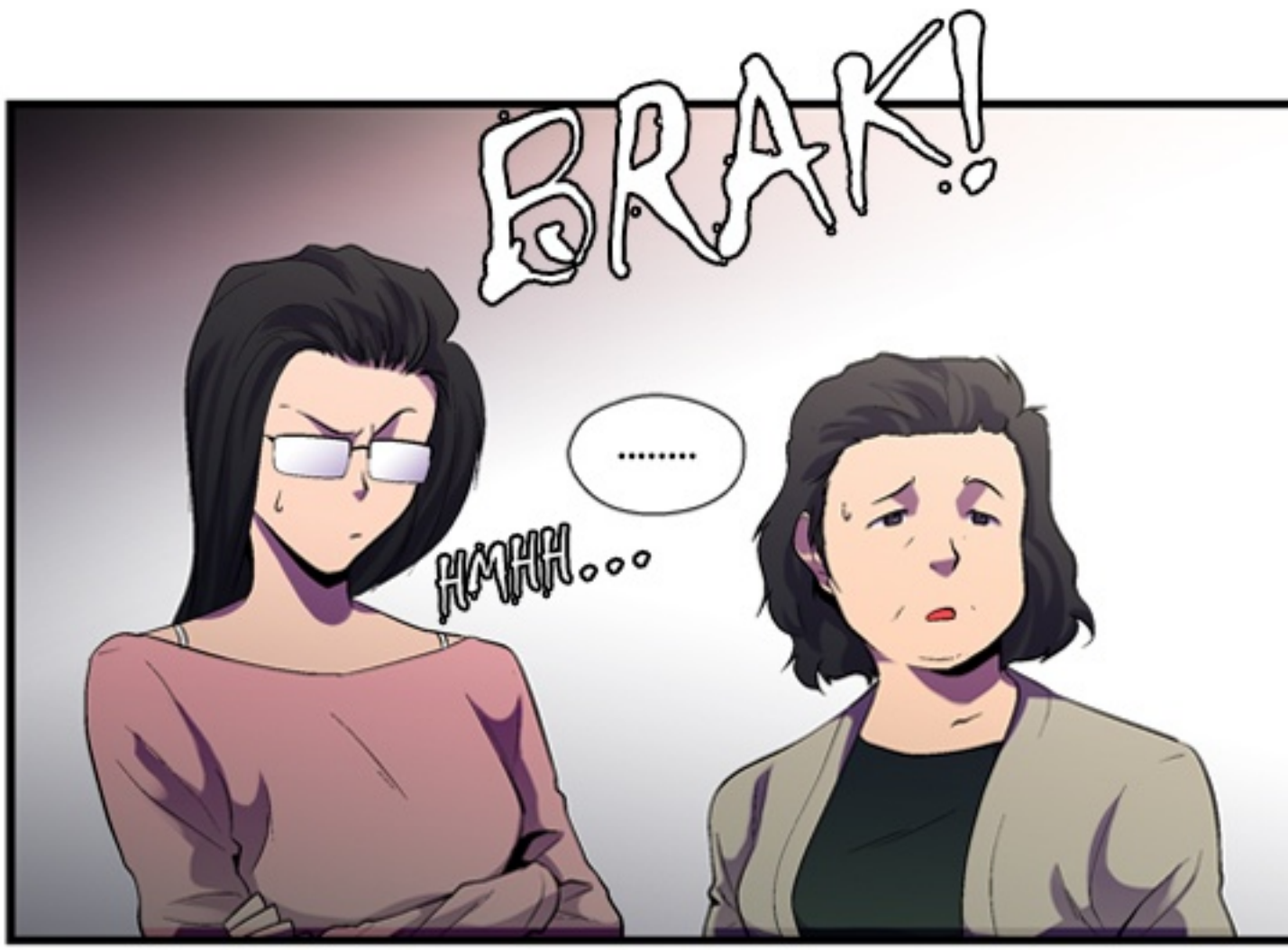
BELAKANGAN INI KAMU CUMA TERTEKAN.

JANGAN GANGGU ADIKMU.

TAPI BU, AKU...

PERSETAN!

YOOGUN, IBU SUDAH POTONGKAN APEL UNTUKMU.

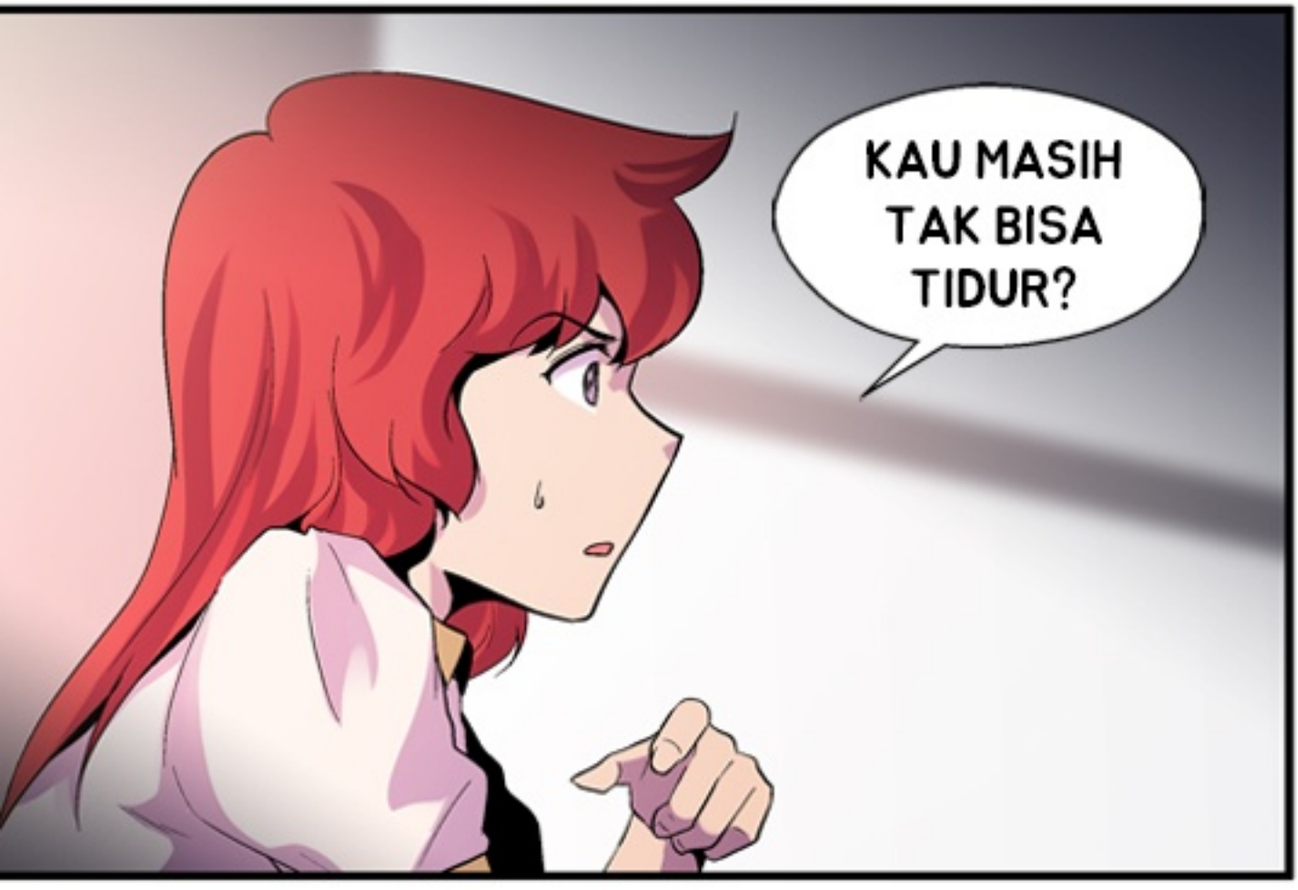


DR. FROST

Karya JONGBEOM LEE

INSOMNIA (4)

JADI? BAGAI-MANA KEADAANMU SEKARANG?
KANTOR KONSELING
...BEGITU-BEGITU SAJA.


KAU MASIH TAK BISA TIDUR?

IYA.

ANEH.
SEHARUSNYA TUBUHNYA MULAI BEREAKSI KARENA TERAPINYA.

BAHKAN BILA PENYEBAB FUNDAMENTAL TEKANANNYA ADALAH MASALAH YANG TERBESAR,

AKU TAK BISA MEMBIARKANNYA TERUS HIDUP SEPERTI INI SAMPAI DIA DAPAT PEKERJAAN.

AH, IYA.

WAKTU ITU KAU BILANG KAU MENGULANG UJIAN MASUK PERGURUAN TINGGI, KAN?

IYA, KENAPA TIBA-TIBA TANYAKAN SOAL ITU?

BISA CERITAKAN SEDIKIT TENTANG SAAT ITU?

EH? HMM-

PADA HARI UJIAN, HAL PERTAMA YANG KURASAKAN ADALAH DEMAM DAN SAKIT PERUT SAAT PAGI HARI.

APA PENYEBABNYA?

AKU TAK YAKIN... AKU TAK TERLALU INGAT.

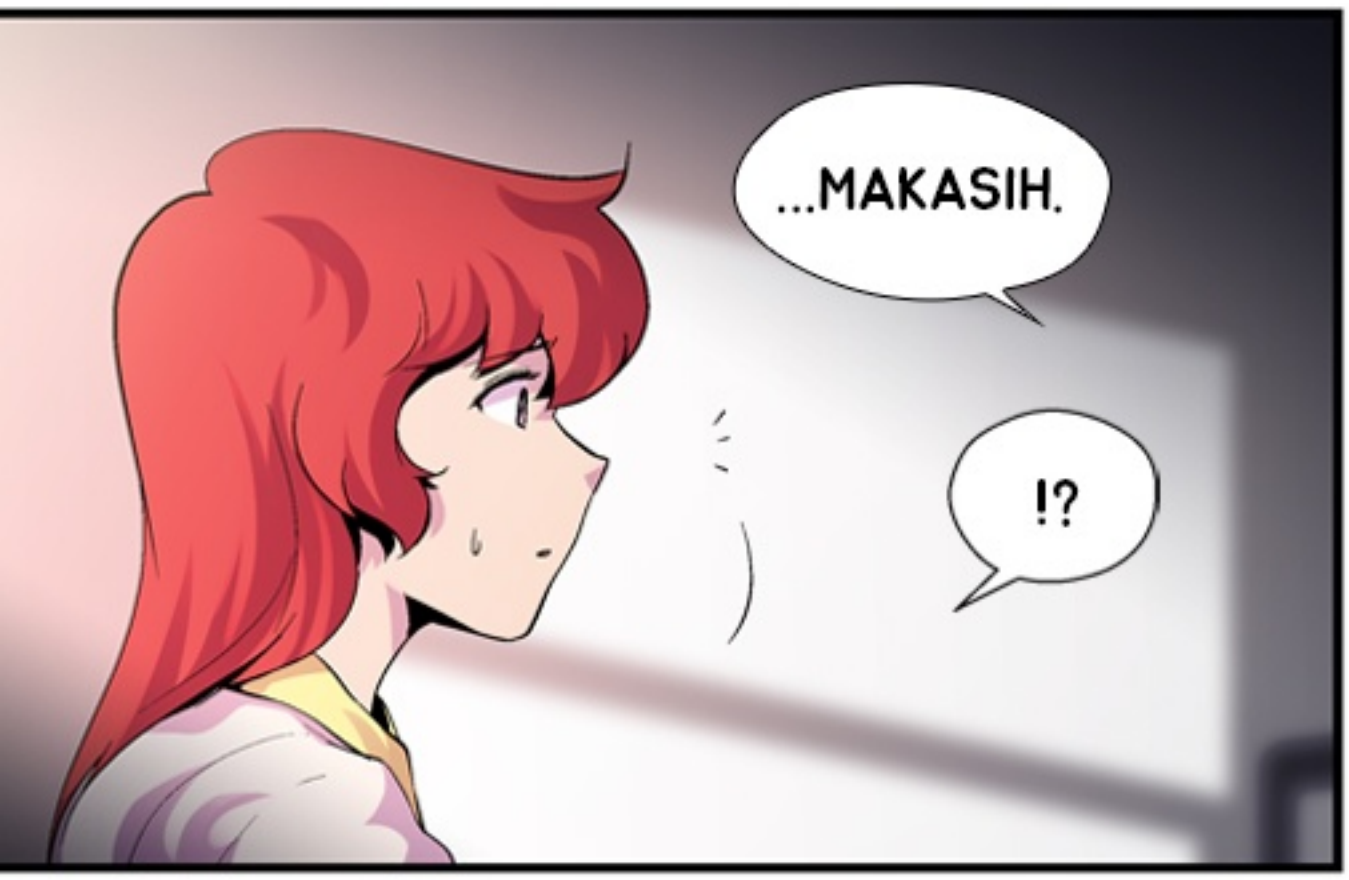
WAH, ITU SIAL SEKALI.

YA, SEBELUMNYA AKU BAIK-BAIK SAJA, LALU PADA HARI UJIANNYA...

TAK BISA LEBIH SIAL LAGI DARI ITU, DEH.

MENGAPA PROFESOR INGIN AKU MEMBAHAS SOAL INI...?

AKU TAK MENGIRA INI AKAN SANGAT TIDAK EFEKTIF...
APA YANG HARUS KULAKU-KAN???

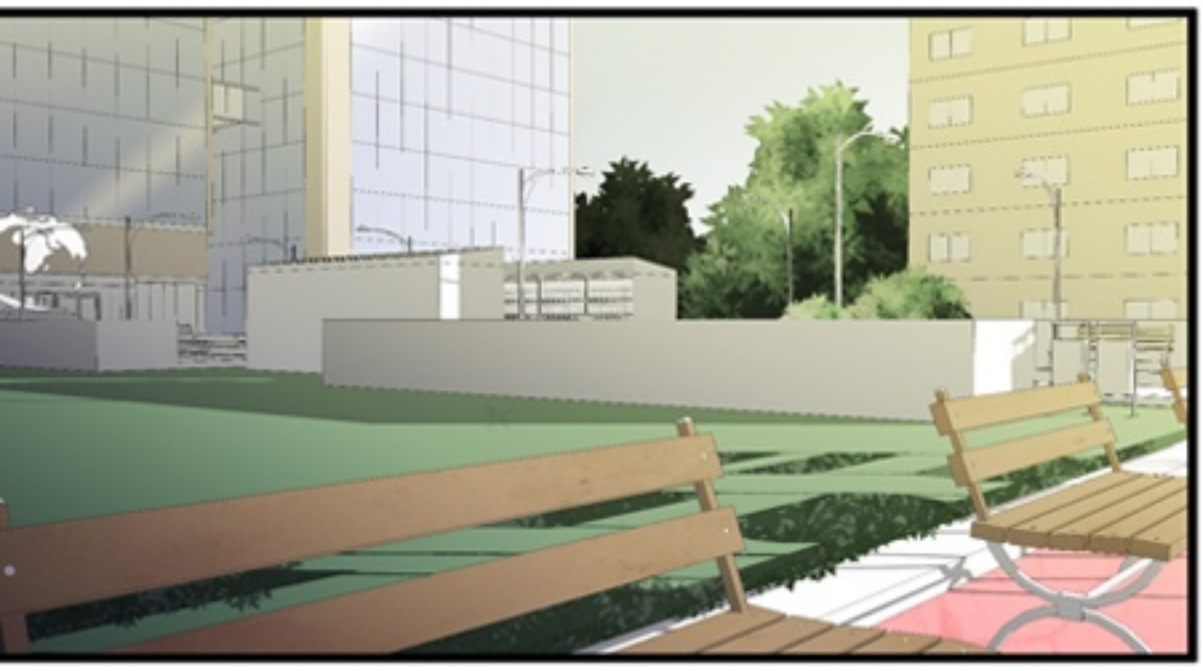

...MAKASIH.
!?

AKU BERSYUKUR SEKALI, KAU BAHKAN PEDULI PADAKU.

JANGAN CEMAS, KONDISIKU AKAN MEMBAIK.

KITA MASIH PUNYA SISA WAKTU PENANGANAN BEHAVIORAL.

JARI, MARI KITA TERUS MENCOBA SAMPAI SELESAI. AKU AKAN TERUS PIKIRKAN CARANYA, OKE?



ADIK DAN KAKAKNYA SAMA-SAMA SUDAH BEKERJA DI PERUSAHAAN BESAR.

DIA SAKIT PERUT PADA HARI UJIAN MASUK PERGURUAN TINGGI... JADI DIA ULANGI LAGI DAN MASUK KE UNIVERSITAS YONGGANG.

AKU TAK YAKIN, TAPI MUNGKIN MASALAH SEJATI YOOGUN KIM...

BUKANLAH INSOMNIA.

MUNGKIN JURNAL YANG DITULISNYA PALSU,
KARENA PEMBATASAN TIDURNYA TERLALU KERAS BAGINYA.

APA SEBAIKNYA AKU MINTA TOLONG KELUARGANYA UNTUK MEMANTAUNYA LANGSUNG?
CEKLIK
!?

SUDAH SELESAI JALAN-JALANNYA, PROF?
KLIK-
.....

NONA YOON.
HENTIKAN TERAPINYA.
...APA?!

ITU PERCUMA SAJA UNTUK PASIEN INI.
HENTIKAN TERAPI BEHAVIORAL-NYA.

BERSAMBUNG

JONGBEOM LEE

PENASIHAT AHLI:
[HYEONGSEOK SONG]
(MENYANDANG GELAR PHD UNTUK ILMU PSIKOLOGI,
KEPALA KLINIK "HEART TO HEART")

[DASIM NU]
(KEPALA "ACADEMY PSIKOLOGI DASIM NU,"
PENULIS ARTIKEL PSIKOLOGI)

[GYEONGBO SEO]
(PENGAJAR DI UNIVERSITAS YONSEI,
FAKULTAS PSIKOLOGI - S1) ET AL.